

„Gemeinsam fit - wir machen mit!“

Ein Projekt zur Gesundheitsförderung für die 5. Klassen der Mittelschulen in Stadt und Landkreis Ansbach

- gesundheitsbewusstes Verhalten
- bewusst für die fünften Klassen der Mittelschule entschieden
- Durchführung durch Klassenlehrer

Johanna Knott, Diplom-Sozialpädagogin (FH) am Landratsamt Ansbach - Gesundheitsamt



- 
1. Projektidee
 2. Projektbeschreibung
 3. Projektkarten
 4. Prinzipien des Projektes
 5. Zielgruppe
 6. Projektziel
 7. Rahmenbedingungen
 8. Evaluation
 9. Ausblick-Weiterentwicklung

Gesund. Leben. Bayern.



1. Projektidee

2015 - Jahresschwerpunktthema des bayerischen Staatsministeriums für Gesundheit und Pflege
„Kindergesundheit in Bayern“

Ein niedrigschwelliges, nachhaltiges und ganzheitliches Projekt um Kindern während eines Schuljahres eine kontinuierliche Auseinandersetzung mit der eigenen Gesundheit zu ermöglichen



2. Projektbeschreibung

- Jeder Schüler der teilnehmenden Klassen erhält im ca. 3- bis 4-wöchigen Abstand eine Projektkarte mit einer Frage zu einem Bereich der Gesundheit, insgesamt 9 zur Zeit
- Die Schüler erarbeiten in dem vom Lehrer vorgegebenen Zeitraum die Antworten selbstständig
- Im Anschluss werden die Antworten der Schüler mit dem Lehrer besprochen
- Die Lehrer erhalten zu jeder Karte Lösungsvorschläge
- Die Projektkarten können zu einem „Gemeinsam fit – wir machen mit!“ Heft rund um die eigene Gesundheit zusammengebunden werden
- Anfang Juni werden die Lehrer gebeten ein Klassenfoto mit den fertigen Büchern einzusenden, um an der Preisverleihung teilzunehmen
- Start des Projektes Ende Oktober des jeweiligen Schuljahres - Ende im Juni des darauffolgenden Jahres mit der Ziehung des Hauptpreises und dem Ausflug in den Kletterwald



3. Projektkarten

Es gibt je eine Karte zu

- gesundem Frühstück
- täglicher Körperpflege
- gesundem Pausenbrot
- Bewegung in der Pause
- Ansprechpartner bei Problemen
- schlechte Noten in der Schule
- Sonnenbrand
- Sport in der Freizeit
- Zahnpflege

Vorstellung von zwei Projektkarten

- Was hilft Dir, wenn Du in der Schule eine schlechte Note bekommst
- Was weißt Du über Sonnenbrand



Foto: © John Smith_fotolia.de

Was weißt du über den Sonnenbrand?

Warum heißt der Sonnenbrand „Sonnenbrand“?

Zu welcher Tageszeit ist die Sonneneinstrahlung am stärksten?

Wie kannst du dich vor einem Sonnenbrand schützen?

Geht die Sonnencreme beim Baden von der Haut ab?

Gesund. Leben. Bayern.



Landratsamt Ansbach – Gesundheitsamt
Crailsheimstraße 64 · 91522 Ansbach
Telefon 0981 468-7104



Foto: © Firma V_fotolia.de

Was hilft dir, wenn du in der Schule eine schlechte Note bekommst?

Kreuze an:

- mit den Eltern reden
- Musik hören
- mit Freunden reden
- um Hilfe bitten
- Spazieren gehen
- Sport machen

Was hilft dir noch?

Gesund. Leben. Bayern.



Landratsamt Ansbach – Gesundheitsamt
Crailsheimstraße 64 · 91522 Ansbach
Telefon 0981 468-7104

Gesund. Leben. Bayern.



4. Prinzipien des Projektes

Das Projekt wurde nach Prinzipien der Nachhaltigkeit, Niedrigschwelligkeit und Ganzheitlichkeit entwickelt

1. Nachhaltigkeit

- **Ökonomisch:**

- Die jährlich anfallenden Kosten für das Projekt setzen sich aus Druckkosten und Kosten für die Gewinne zusammen
- Die Höhe der Kosten variiert mit Anzahl der teilnehmenden Klassen
- Für die teilnehmenden Lehrer und Schüler entstehen keine Kosten
- Das Gesundheitsamt übernimmt Organisation und Durchführung des Projektes
- Für das Gesundheitsamt entstehen geringe Kosten

- **Sozio-kulturell:**

- Die Gesundheit wird auch innerhalb der Familie oder Freunden zum Gesprächsthema
- Die monatlichen Projektkarten fördern die kontinuierliche Auseinandersetzung der Schüler und Lehrer mit der eigenen Gesundheit
- Die Einstellung zu dem Thema Gesundheit verändert sich bei den Schülern und Lehrern
- Ein langfristiges Gesundheitsbewusstsein kann durch das „Gemeinsam fit – Wir machen mit!“-Büchlein entstehen



2. Niedrigschwelligkeit

- leicht verständliche Fragen auf den Projektkarten
- einfache Materialien (DIN A6 Projektkarten mit Bild und Frage)
- geringe Kosten
- geringer Arbeitsaufwand für Schüler und Lehrer
- geringer Arbeitsaufwand für das Gesundheitsamt in den folgenden Jahren (Fragen und Bilder des Vorjahres können übernommen werden)

3. Ganzheitlichkeit

- Förderung der Auseinandersetzung mit der Gesundheit hinsichtlich der eigenen Ernährung, Bewegung, psychischen Gesundheit und Körperpflege
- Vermittlung von neuen Ideen und Lösungsmöglichkeiten, die die Schüler in Zukunft umsetzen können

Diese Prinzipien sollen den Erfolg des Projektes gewährleisten.



5. Zielgruppe

Alle fünften Klassen der Mittelschulen in Stadt und Landkreis Ansbach

Mittelschulen gewährleisten die Betreuung des Projektes durch Klassenlehrer

Gesund. Leben. Bayern.



6. Projektziel

Die monatlichen Projektkarten machen die Schüler immer wieder auf das Thema Gesundheit aufmerksam. Die darauf enthaltenen Fragen und die selbstständig erarbeiteten Lösungen sollen die Kinder für ihre eigene Gesundheit sensibilisieren und dazu beitragen, ihr Gesundheitsbewusstsein zu stärken



7. Rahmenbedingungen

- Träger: Landratsamt Ansbach—Gesundheitsamt
- Finanzierung: Gesund.Leben.Bayern
- Kosten ca. 1100€ setzen sich zusammen aus Druck der Karten und Hauptpreis, 2. und 3. Preis
- Teilnahme für die Klassen kostenlos
- Staatliches Schulamt der Stadt und des Landkreises Ansbach



8. Evaluation

- Feedbackbögen für die Lehrer der teilnehmenden Klassen
- Anregungen für weitere Themen

Gesund. Leben. Bayern.



9. Ausblick-Weiterentwicklung

- Projekt findet in diesem Schuljahr zum siebten Mal statt (Projektbeginn 2015/2016)
- Projekt wurde um zwei Karten ergänzt auf Anregung von Lehrkräften und wird für das kommende Schuljahr um eine Karte zum Thema „Entspannung“ erweitert
- Finanzierung eventuell durch Sponsor

Herzlichen Dank für Ihre Aufmerksamkeit und Ihr Interesse

Landratsamt Ansbach – Gesundheitsamt
Johanna Knott
Johanna.knott@landratsamt-ansbach.de
Tel.: 0981 4687104

